

Horaris del Club:

Feiners: de 7h a 21h **Dissabtes:** de 9h a 21h, **Diumenges** de 10h a 14h

NOVEMBRE-2020

AFORAMENT LIMITAT!

CAL CONFIRMACIÓ PRÈVIA AL WHATSAPP 659918399

RECEPCIÓ (ATT. CLIENT, PAGAMENTS, SIGNATURES, ETC) de DILLUNS a DIVENDRES de 10h a 12h i de 17h A 19:30h - ALTRES HORES CITA PRÈVIA WHATSAPP 659918399 (1 DIA ANTELACIÓ)

DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DIJOUS			DIVENDRES			DISSABTES
SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	Obert de 9h a 21:30h
9:15 a 10 BALANCE PACO		FITNESS Obert en horaris Club	9:30-10:30 TONIFICACIÓ ISABEL	9 a 9:45 AQUAGYM DIEGO 09:30 a 10:30h Kick Boxing Doju Karate IVAN/DAVID	FITNESS Obert en horaris Club	9:15 a 10 BALANCE PACO	7:30 a 8:15 GAC PLUS DIEGO (FITNESS)	FITNESS Obert en horaris Club	9:30-10:30 TONIFICACIÓ ELENA	9 a 9:45 AQUAGYM DIEGO 09:30 a 10:30h Kick Boxing Doju Karate IVAN/DAVID	FITNESS Obert en horaris Club	9:30-10:30 TONIFICACIÓ ELENA		FITNESS Obert en horaris Club	FITNESS Obert en horaris Club
10 a 11h PILATES (DESEMBRE?)		Per lliure amb CONFIRMACIÓ PRÈVIA			Per lliure amb CONFIRMACIÓ PRÈVIA	10 a 11h PILATES (DESEMBRE?)		Per lliure amb CONFIRMACIÓ PRÈVIA			Per lliure amb CONFIRMACIÓ PRÈVIA			Per lliure amb CONFIRMACIÓ PRÈVIA	10h a 12:30h NADONS Kupu Kupu (P.P)
				14:15 A 15:00 MOLDEIG+ (DESEMBRE?)			11:45 a 12:15h NADONS Kupu Kupu (P.P)				14:15 A 15:00 MOLDEIG+ (DESEMBRE?)				
SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	SALA-1 (Planta 0)	SALA - 2 (1a Planta)	SALA 3 - PISCINA - PAVELLÓ	DIUMENGES
18:15 a 18:55H HIIT DIEGO		SOUL DANCE CENTER (VEURE ANEXE) 18:45 a 19:15h NADONS Kupu Kupu (P.P)	18:15 a 18:55H GAC DIEGO		SOUL DANCE CENTER (VEURE ANEXE) 19 a 19:30h NADONS Kupu Kupu (P.P)	18:15 a 18:55H HIIT DIEGO	19 a 19:45h JUDO INFAN-JUVENIL de 4-6 y 7-12 anys	19:10 a 19:55h AQUAGYM DIEGO	18:15 a 18:55H GAC DIEGO	19:00 a 19:50 ZUMBA JACKY	SOUL DANCE CENTER (VEURE ANEXE) 19 a 19:30h NADONS Kupu Kupu (P.P)	19:00 a 19:50 ZUMBA JACKY	19:30 a 20:20h Embarassades Kupu Kupu (P.P)	SOUL DANCE CENTER (VEURE ANEXE) 19 a 19:30h NADONS Kupu Kupu (P.P)	Obert de 10h a 14h
19 a 20h MATT PILATES (+15)HIPOPRESSIUS	19 a 19:45h JUDO INFAN-JUVENIL de 4-6 y 7-12 anys	20 a 20:45h ESPIN-TO DIEGO (FITNESS)	19:00 a 19:50 ZUMBA JACKY		19:30 a 20:20h Embarassades Kupu Kupu (P.P)	19 a 20h MATT PILATES (+15)HIPOPRESSIUS	19:45 a 20:45h JUDO ADULT 12 i més anys	19:10 a 19:55h AQUAGYM DIEGO	19:00 a 19:50 ZUMBA JACKY		19:30 a 20:20h Embarassades Kupu Kupu (P.P)	19:00 a 19:50 ZUMBA JACKY	19:30 a 20h NADONS Kupu Kupu (P.P)	19:30 a 20h NADONS Kupu Kupu (P.P)	FITNESS Obert en horaris Club
17:30 a 19:45h PATINATGE ARTISTIC PAVELLÓ Nivells A/B/C/D/E PF/FLEX/R/LL	19:45 a 20:45h JUDO ADULT 12 i més anys	20 a 20:45h ESPIN-TO DIEGO (FITNESS)	20 a 20:45 GAC PLUS DIEGO (PAVELLÓ)	17:30 a 19:45h PATINATGE ARTISTIC PAVELLÓ Nivells Mini/C/D/E PF/FLEX/R/LL	19:45h a 20:30h SPINNING DAVID (SALA 2)	17:30 a 19:45h PATINATGE ARTISTIC PAVELLÓ Nivells A/B/C/D/E PF/FLEX/R/LL	19:45 a 20:45h JUDO ADULT 12 i més anys	20 a 20:45h ESPIN-TO DIEGO (FITNESS)	20 a 20:45 GAC PLUS DIEGO (PAVELLÓ)	17:30 a 19:45h PATINATGE ARTISTIC PAVELLÓ Nivells Mini/C/D/E PF/FLEX/R/LL	19:45h a 20:30h SPINNING DAVID (SALA 2)	20 a 20:50h IOGA GEMMA	19:30 a 20h NADONS Kupu Kupu (P.P)	17:30 a 19:45h PATINATGE ARTISTIC PAVELLÓ Nivell Rec i Adults PF/FLEX/R/LL	Obert en horaris Club
															Per lliure amb CONFIRMACIÓ PRÈVIA
DILLUNS			DIMARTS			DIMECRES			DIJOUS			DIVENDRES			
KARATE (Pabellón)			KARATE / KICK BOXING (Dojo)			KARATE (Pabellón)			KARATE / KICK BOXING (Dojo)			KARATE (Pabellón)			
17:45-18:45h Infantils KARATE			18:00 - 19:00 Infantils KARATE			17:45-18:45h Infantils KARATE			18:00 - 19:00 Infantils KARATE			19:45-20:45 Adults KARATE			
18:45-19:45h Mitjans KARATE			19:00 - 20:00 KICK BOXING			18:45-19:45h Mitjans KARATE			19:00 - 20:00 KICK BOXING			19:45-20:45 Adults KARATE			
19:45-20:45 Adults KARATE			AMB TOTES LES MESURES DE SEGURETAT I PROTOCOLS ANTI-COVID19			19:45-20:45 Adults KARATE			AMB TOTES LES MESURES DE SEGURETAT I PROTOCOLS ANTI-COVID19			19:45-20:45 Adults KARATE			
19:45-20:45h OPCIONAL també CLASSE ONLINE via ZOOM pels qui vulguin entrenar des de casa.			19:45-20:45h OPCIONAL també CLASSE ONLINE via ZOOM pels qui vulguin entrenar des de casa.			19:45-20:45h OPCIONAL també CLASSE ONLINE via ZOOM pels qui vulguin entrenar des de casa.			19:45-20:45h OPCIONAL també CLASSE ONLINE via ZOOM pels qui vulguin entrenar des de casa.			19:45-20:45h OPCIONAL també CLASSE ONLINE via ZOOM pels qui vulguin entrenar des de casa.			

